

Nueva imagen de la Cooperativa Yoayu



Con la presencia de invitados especiales y socios de la Cooperativa Yoayu, se realizó la semana pasada, la inauguración de las obras de ampliación de la casa matriz, situada sobre Capitán Lombardo casi Vía Férrea. Tras la inauguración los invitados pudieron disfrutar de un agradable refrigerio.

27 de Abril de 2015

Contenido

N°
185

Director Responsable

Francisco Gómez de la Fuente

Correos:

contacto@cooperativismohoy.com.py

prensa@cooperativismohoy.com.py

Cel.: 0994 88 26 25

- 2 **Inauguran obras de ampliación en la Cooperativa Yoayu**
- 6 **CU entregó plantines de Tajý y Moringa en compromiso con la comunidad**
- 8 **Charla en FECOAC, sobre los alcances de la ley 438/94**
- 11 **Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Socios**
- 12 **Buscan mejorar políticas de calidad en las cooperativas**
- 15 **El tema del Día Internacional de las Cooperativas 2015 es la equidad**
- 19 **Los huevos: Sus propiedades y beneficios**

Diseño y diagramación



Cel.: 0981 567927 | 0991 439961

info@portalparaguay.com.py | www.portalparaguay.com.py

Inauguran obras de ampliación en la Cooperativa Yoayu

Con un solemne acto, la dirigencia de la Coop Yoayu Ltda., realizó la inauguración de la ampliación edilicia de Casa Matriz, con la participación de dirigentes, socios, funcionarios, e invitados especiales.



En la oportunidad se rindió un homenaje a los Ex-Presidentes de la Institución quienes recibieron una placa en Gratitud y Reconocimiento por la labor desempeñada que posibilitó a la Cooperativa superar con éxito el umbral de los 25 años de vida Institucional, así también recibieron un pergamino de reconocimiento los integrantes de la Comisión de Construcción, Arq. Luz Heisele, en representación de los socios; y al Abog. Miguel Rodríguez, en representación de los empleados.

El presidente del Consejo de Administración, Econ. Luis Cardozo, recordó a los socios fundadores de la institución solidaria, enfatizando que de “80 visionarios, hoy día la Cooperativa, tiene 35 mil asociados”.

En la ocasión estuvieron presentes, entre otros, los presidentes del Consejo de Administración de la Fecoac, de

la Cencopan y de la Cooperativa Universitaria, quienes dieron realce al elegante evento, realizado en el local de la institución solidaria, ubicado en Capitán Lombardo 2028 casi Vía Férrea, del barrio Trinidad.

Más servicios

Por otro lado cabe recordar que días pasados la entidad solidaria lanzo 4 nuevos servicios para los socios y socias de nuestra querida Cooperativa, quienes de ahora en mas ya cuentan con la Tarjeta de Débito Visa Internacional, la Tarjeta de Crédito Visa Oro, pagos de los servicios de la Cooperativa a través del enlace cooperativo y Pagos online de los servicios de la Cooperativa vía Pagina Web.



Estamos en:



Estamos en Encarnación!!

Visita **SEGU OFI**
en la Playa San José y
descubrí por qué con nosotros
está la Gente Segura, la Gente que Hace!



#VeranoSeguroconTajy

COOPERATIVA LA BARREREA LTDA.



**Te ofrece la posibilidad
de acceder a los servicios de:**



En

- Eusebio Ayala**
- Caacupé**
- Piribebuy**
- Caraguatay**

**Para socios de Casa Central
y Agencias con el mismo
costo del Laboratorio
de la Cooperativa**

Vigente desde el mes de Noviembre 2014

Requisitos:

Estar al día con el
aporte y solidaridad.
Presentar libreta de
servicio médico.

Beneficios:

Socios, cónyuges,
padres e hijos menores
de 18 años.



HYUNDAI NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.



Ganate un Hyundai **EON** 0 km. y muchos premios más festejando los 40 años de nuestra Cooperativa!

Promo para Socios al Día: Sorteos especiales los últimos días hábiles de Abril, Mayo, Junio y Julio

Participan los socios que se pongan al día 24 horas antes de los sorteos.



EON

Sortea el 25 de agosto de 2015!



COOPERATIVA MULTISECTORIAL
NAZARETH

Automotor S.A.

CU entregó plantines de Tajý y Moringa en compromiso con la comunidad



La Cooperativa Universitaria Ltda., realizó la entrega de 1.000 plantines de Lapa-cho o Tajý y Moringa en la sucursal Colón y Casa Matriz, en cumplimiento del Séptimo Principio Cooperativo: “Compromiso con la comunidad y con el Pacto Verde Cooperativo, impulsada por Cooperativas de las Américas, Región ACI, que vincula la vocación social cooperativa con el desarrollo sostenible, el cuidado del ambiente y la naturaleza.

Esta actividad se realizó con el objetivo de despertar el interés por el cuidado del ambiente, valorar el aporte del árbol a la vida y difundir la identidad cooperativa basada en sus principios y valores.

El Lapacho o Tajý es un árbol frondoso de bellas flores y típico del paisaje del Paraguay. El nombre común “tajý” deriva del idioma guaraní que significa ‘fuerte, resistente’. Se encuentra distribuido en la Región Oriental y bajo Chaco del Paraguay.

El Tajý con sus diferentes especies, tiene un sin fin de usos medicinales, legado principal de los indígenas guaraníes. La madera del tajý es muy fuerte y alcanza alturas muy interesantes. Es muy utilizada para materiales de construcción como postes, marcos de puertas y ventanas, vigas, etc.

Moringa oleífera, conocido como moringa, es un árbol originario de norte de India y tienen grandes propiedades medicinales y curativas. Crece en casi cualquier tipo de suelo, incluso en condiciones de sequía, por eso los científicos recomiendan a las poblaciones que lo cultiven para alimentarse. El árbol en su edad madura puede alcanzar una altura de hasta 9.5 m. Cada una de sus ramas hace crecer muchas hojas de color verde pálido y pequeñas flores blancas, además, sus frutos tienen un exquisito aroma.

De esta manera, la cooperativa promueve la conservación del ambiente y apoya acciones a favor de su preservación, cumpliendo con sus principios cooperativos.

Tania Ortigoza

NO IMPORTA DÓNDE JUEGUE TU SELECCIÓN, UN CAMPEÓN SIEMPRE ENCUENTRA LA MANERA DE ESTAR AHÍ.

**SENTIRSE UN CAMPEÓN,
NO TIENE PRECIO.**

Bases y condiciones en www.mastercard.com.py

Usando tu MasterCard del 1 de abril al 2 de mayo participas del sorteo de 15 paquetes dobles de viajes para ver el partido

Paraguay vs. Argentina

- Alojamiento para 2 personas.
- Hotel 5 estrellas: 3 días, 2 noches.
- Viáticos y traslados.

Promoción válida del 1 de abril al 2 de mayo



COPA AMÉRICA
chile 2015

Tarjeta Oficial

Charla en FECOAC, sobre los alcances de la ley 438/94



Modificación de la ley 438/94. Alcances situación actual y cuestiones que afectan a la Junta Electoral, fue la charla que realizó el abogado Hernando Raichakowski, realizado en el salón auditorio de la Federación de Cooperativas de Ahorro y Créditos (FECOAC).

El experto realizó un análisis profundo de la situación, teniendo en cuenta que esta ley tiene una principal importancia en la estructura de las entidades solidarias.

En ese sentido, los participantes, pudieron recibir información de primera mano y evacuaron todos los requerimientos en lo que respecta a la Junta Electoral. El acto contó con la participación de numerosos representantes de instituciones solidarias, asociadas a la FECOAC.

Tu Cooperativa YOAYU



quiere informarte por
Whatsapp



El número de la Cooperativa
YOAYU es el: **0972 428 - 078**
agregalo como contacto y te
estaremos remitiendo todas las
novedades para que estes bien
informado/a



Cooperativa Multiactiva de Consumo, Ahorro y Crédito

YOAYU LTDA.

Seguinos en: Cooperativa Yoayu Ltda. y dale Me Gusta...



¡ASOCIATE YA!

Requisitos para ser socio:

Haber cumplido 18 años

Fotocopia de Cédula de Identidad

Participación en Charla Educativa

Certificado de Antecedente Policial o Judicial

Recibo de pago (agua, luz o teléfono)

Dos socios proponentes

**¡SIN TRÁMITES COMPLICADOS
NI CUOTAS EXCESIVAS!**



La Cooperativa Multiactiva
Judicial Ltda.

Innovando Compromiso con el Socio

“Por el mes de las Madres y de la Patria”



Sortea el Miércoles 13 de Mayo 2015

**UN AUTO (VIA CHILE),
CELULARES Y TV LED**



PARA RENUNCIAS AL SORTEO, PRESENTAR NOTA

Deberes y atribuciones del Consejo de Administración: ART.85º Estatuto Social .- inc. A) Formular la política general de administración, en concordancia con los fines y objetivo de la Cooperativa.

INFORMATE EN LA

Cooperativa Judicial Ltda. • Tel.: (021) 480 131 / 2

E-mail: info@cooperativajudicial.coop.py

www.cooperativajudicial.coop.py



COOPERATIVA MULTIACTIVA DE TRABAJO ASOCIADO, PRODUCCIÓN Y SERVICIOS

7 DE AGOSTO LTDA.

Reconocido por Resolución N° 652/05 INCOOP
Fundado el 6 de Agosto 2004

Calle Asunción N° 444 casi Tte. Rivarola, Fdo. de la Mora Zona Sur.

Teléfonos: (021) 505-254, 504-608, 505-032, 504-723. • E-mail: cooperativa@7deagosto.com.py

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Socios

*La Cooperativa Multiactiva de Trabajo Asociado, Producción y Servicios “7 de AGOSTO Ltda.”
convoca a Asamblea General Ordinaria de Socios del
Décimo Ejercicio – Año 2014*

El Consejo de Administración, en su Sesión Extraordinaria de fecha 09 de Abril del 2.015, Acta N° 238/15 C.A. de conformidad con el Art. 62° del Estatuto Social en concordancia con el Art. 56° de la Ley 438/94, convoca a los socios de la Cooperativa Multiactiva de Trabajo Asociado, Producción y Servicios “7 de AGOSTO Ltda.”, a la Asamblea Ordinaria a realizarse el día 29 de Abril de 2.015, a las 07:30 horas (Primera Convocatoria) en el salón de la Casa Central, situado en Calle Asunción N° 444 casi Tte. Rivarola Ciudad de Fdo. De la Mora, con la asistencia de la mitad más uno de los socios habilitados (Art. 65° Estatuto Social); y de no existir quórum legal a la hora indicada, la Asamblea se llevará a cabo con cualquier número de socios, una hora después, de conformidad con el Art. 67° del Estatuto Social, para tratar el siguiente:

ORDEN DEL DIA

1. Elección de Autoridades de la Asamblea: Un Presidente y Un Secretario.
2. Nombramiento de dos Socios presentes para suscribir el Acta de Asamblea.
3. Lectura y consideración de la Memoria del Consejo de Administración, Balance General y Cuadro de Resultados. Dictamen e Informe de la Junta de Vigilancia, correspondiente al Ejercicio cerrado al 31 de Diciembre de 2014.
4. Plan General de Trabajo y Presupuesto de Gastos, Inversiones y Recursos para el siguiente Ejercicio.
5. Fijación de porcentaje de las compensaciones de socios trabajadores para la creación de un fondo de fin de año para los mismos.
6. Consideración del Proyecto de Distribución de Excedentes.
7. Elección de Autoridades: Consejo de Administración 2 Vocales Suplentes por el periodo de dos años. Junta de Vigilancia 2 Miembros Suplentes por el periodo de dos años. Tribunal Electoral 2 Miembros Suplentes por el periodo de dos años.

Sra. Norma Aid
Secretaria

Consejo de Administración

Abog. Olga Figueredo de Cano
Presidenta

Consejo de Administración

Buscan mejorar políticas de calidad en las cooperativas



Políticas de calidad y dirección eficaz en las cooperativas, fue la charla que dictó el experto ecuatoriano César Izurieta, en el salón auditorio de la FECOAC, el pasado jueves 23 de abril, con la participación de numerosos representantes de entidades solidarias asociadas a esta Institución.

En ese sentido, el expositor sostuvo que una cooperativa eficaz permite contribuir al posicionamiento de la institución en un mercado financiero por demás exigente y plantearse en ese marco, ¿Qué más se puede hacer?

Agregó que dentro de la planeación estratégica, los funcionarios de una cooperativa, deben entender que lo que se hace en el día repercute visiblemente en el socio, precisamente que para ello, en la institución solidaria debe existir un crecimiento económico sostenido.

Izurieta dijo que existen dos reglas que siempre se deben tener en cuenta, la primera: Nunca perder el dinero de los ahorristas y la segunda es no olvidar la regla 1. “A partir de allí, se puede hablar de responsabilidad de la entidades”, afirmó el experto.

Agregó que la ley no regula al que da dinero, pero si regula al que recibe, un aspecto importante dentro de una entidad financiera, por lo que recomendó que se debe cuidar el dinero, de tal forma a que la gente o los asociados puedan acceder al dinero cuando éstos lo necesiten.

20%
DE
DESCUENTO

**en todas
tus
compras
con las
tarjetas**

ARCHI
Supermercados



***Los ultimos sábados
de cada mes
(Enero a Junio 2015)**

YPACARAI LTDA.
COOPERATIVA

Seguinos en:



coop.ypacarai



@coopypacarai

FECOPAR

Federación de Cooperativas del Paraguay Limitada

>> COOPERATIVISMO HOY >> N° 185 / 27 DE ABRIL DE 2015



Cuba Clásica



NUESTRA PROPUESTA INCLUYE:

- Pasaje aéreo de AVIANCA en ruta ASUNCIÓN / LIMA/ LA HABANA/ LIMA/ ASUNCIÓN en clase económica *
- Traslados Aeropuerto Jose Martí/ Hotel La Habana/ Hotel Varadero/ Apto José Martí
- En LA HABANA - Alojamiento por 02 noches con impuestos y desayunos incluidos
- Visita panorámica de la ciudad de La Habana
- En Varadero alojamiento por 05 nts con sistema ALL Inclusive
- Incluye IVA paraguay

HOTELES	DOBLE	TRIPLE
* MERCURE SEVILLA MERCURE CUATRO PALMAS	1.471	1.397
* TRYP HABANA LIBRE SOL PALMERAS	1.612	1.576
* MELIA HABANA MELIA LAS AMÉRICAS	1.758	1.694

- No incluida tasa de retorno (pagadera IN SITU), ni tampoco Tarjeta de turismo para ingresar al país.
 - * Tarifa Clase P emitida por DTP Tour Operator - Sujeta a disponibilidad al momento de efectuar la reserva
 - Consulte condiciones especiales para niños
 - Accionar en concepto de Tasas aeroportuarias U\$D 150 por persona

Avianca

RELAX viajes
 Tu agencia, tu empresa

12 cuotas sin intereses
 Itaú. Hecho para vos.

Itaú

El tema del Día Internacional de las Cooperativas 2015 es la equidad

La Alianza Cooperativa Internacional y las Naciones Unidas a través de COPAC (Comité para el Progreso y el Avance de las Cooperativas) definieron conjuntamente que el tema para el Día Internacional de las Cooperativas 2015 será la equidad. El eslogan adoptado para la celebración es "Elija cooperativo, elija equidad".

En nuestro mundo globalizado la inequidad es un fenómeno en expansión. En los últimos años la brecha de ingresos entre los más ricos y los más pobres a nivel mundial se ha ampliado. Un estudio reciente del Credit Suisse estima que un 1% de la población es dueña de cerca de la mitad de la riqueza mundial, mientras que, en el otro extremo, la mitad más pobre de la población mundial solo posee un 1% de la riqueza.

Pero la inequidad tiene múltiples maneras de manifestarse. Se expresa a nivel étnico, regional o territorial e incluso en función de ciertas características personales como el género o la edad.

La equidad de género es un rasgo esencial de las cooperativas que ha estado presente desde su propia aparición, allá por la primera mitad del siglo XIX, aún antes que las primeras experiencias de igualdad de los derechos civiles entre hombres y mujeres. El modelo de jerarquía horizontal -característico de las cooperativas- favorece una cultura del trabajo en equipo en la que se privilegia el talento frente al espíritu competitivo.

¿Cómo nos afecta la inequidad?

La inequidad tiene consecuencias importantes porque incide sobre nuestra autoestima y nuestra percepción de la justicia. Todos los seres humanos tienen derecho a la dignidad y a ser respetados. Sin embargo, las situaciones de inequidad existentes tienen efectos negativos graves en el ámbito socio-económico y en el de la seguridad.

Mala para la economía - La inequidad desacelera el crecimiento del PIB. Impide la acumulación de capital humano y erosiona los posibles avances en materia educativa y en las perspectivas económicas a largo plazo de aquellos sectores que se encuentran en el extremo inferior de la escala de distribución de ingresos.

- **Mala para la infraestructura** - Cuando las personas son excluidas no logran integrarse en las estructuras que operan como pilares de las sociedades en las que viven. Ejemplos de ello son las dificultades para acceder a las infraestructuras sanitarias, al empleo en las industrias que requieren de personal con formación, al crédito o a los seguros.
- **Mala para la seguridad** - Los impactos sociales



de las situaciones de inequidad incluyen el desempleo, la violencia, la criminalidad, la degradación y el deterioro del capital humano, y la exclusión social. La inequidad afecta negativamente la participación democrática y favorece la corrupción y la conflictividad social.

- **Mala para la democracia** - A nivel político, la inequidad erosiona la legitimidad de las instituciones democráticas. Agrava las dificultades para que los gobiernos rindan cuentas y se responsabilicen por sus actos. Cuando las instituciones democráticas son frágiles, la inequidad actúa como un desaliento adicional para el desarrollo de una vida cívica y social activa que garantice una toma de decisiones colectiva eficaz, lo que, a su vez, es un ingrediente imprescindible para el funcionamiento de sociedades saludables.

¿Cómo ayudan las cooperativas?

- **Propiedad de todos** - El modelo singular de propiedad de las cooperativas las ha convertido en una herramienta probada de inclusión económica y social. Si el cooperativismo sigue creciendo la inequidad se reducirá.
- **De puertas abiertas** - Dado que las cooperativas están abiertas a la participación de todos, cualquier persona –hombre o mujer, viejo o joven- puede ser parte de ellas.
- **Poder de decisión independiente de la riqueza** - En la medida que cada socio de la cooperativa tiene derecho a un voto, más allá del volumen de su aporte de capital, todos tienen el mismo poder de decisión.

La equidad también significa un acceso equitativo a los bienes - Las Naciones Unidas han definido que

garantizar el acceso a bienes y servicios básicos de buena calidad debe ser una estrategia fundamental a nivel de cada uno de los países, un objetivo que se articula completamente con el propósito esencial de las cooperativas como modelo organizacional.

Las Naciones Unidas han declarado que lo anterior es importante para asegurar que la provisión de los recursos de primera necesidad alcance a los sectores de población generalmente excluidos. Las cooperativas se centran en satisfacer las necesidades de sus socios y no en la obtención de un resultado financiero favorable.

El movimiento cooperativo presenta una combinación única de modelo con alcance mundial y de conducta empresarial enfocada en las personas. Podemos jugar un papel importante en el combate por la reducción de la pobreza. Las cooperativas contribuyen a reducir la inequidad al empoderar a las personas y al ofrecerles una forma digna y sostenible de ganarse la vida.

El Día Internacional de las Cooperativas se celebra el primer sábado de julio de cada año, por lo que en 2015 se conmemorará el sábado 4 de julio. El propósito del Día Internacional de las Cooperativas es aumentar los niveles de concientización sobre la realidad y el papel de las cooperativas y difundir los éxitos del movimiento cooperativo y sus ideales de promover la solidaridad internacional, la eficiencia económica, la equidad y la paz mundial.

También tiene como objetivo fortalecer y ampliar las alianzas entre el movimiento cooperativo internacional y otros actores a nivel local, nacional e internacional, incluidos los gobiernos.

“Preservemos el medio ambiente, enseñemos a los niños a no tirar basuras en la calle”

CAMPAÑA EDUCATIVA DE COOPERATIVISMO HOY

ANTICIPAMOS LOS 40 AÑOS DE LA COOPERATIVA NAZARETH



Con Espectaculares Premios

PRIMER SORTEO
29 DE ABRIL EN CASA CENTRAL

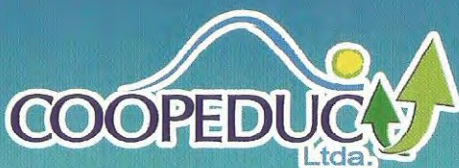
Socio: para participar del sorteo debes estar al día con tus obligaciones societarias, ¡disfrutando así de más beneficios y más premios que llegarán en los próximos meses!



COOPERATIVA MULTIACTIVA
NAZARETH

El Socio en primer lugar!!!

TARJETA DE CRÉDITO HCM - MASTERCARD



CON LA TARJETA DE CREDITO HCM MASTERCARD USTED PODRÁ:

- Acceder a una tasa de interés preferencial, en forma permanente.
- Tener una tercera línea de crédito adicional, de reserva, exclusivamente para el rubro salud (farmacias y hospitales).
- Realizar adelantos en efectivo, normal y en cuotas, en todos los cajeros automáticos del país y en las cajas de su entidad emisora.
- Realizar adelantos de efectivo en el extranjero, en los cajeros automáticos Cirrus.
- Financiar sus compras en cuotas con una tasa especial.
- Acceder al servicio de débito automático, para agilizar los pagos de todas las facturas de servicios públicos y privados.
- Solicitar tarjetas adicionales para su círculo familiar, teniendo la opción de establecer el tope de utilización por cada adicional.
- Recibir su extracto vía mail.
- Acceder a la consulta vía web de su estado de cuenta.

ADEMÁS LA TARJETA CUENTA CON ESTE SEGURO DE VIAJERO

De Cobertura Nacional:

- Asistencia al Viajero, para el Titular, Cónyuge, e Hijos menores de 21 años, a partir de los 40 Km fuera del domicilio declarado por el titular, que incluye:
- Asistencia médica: hasta 1.200 US\$ por viaje.
- Prestaciones Complementarias
- Internación
- Medicamentos: hasta 100 US\$ por viaje.
- Atención Odontológica de Urgencia: Con un tope máximo de 150 US\$ por viaje.

De Cobertura Internacional:

- Asistencia al Viajero, en cualquier parte del mundo, para el Titular, Cónyuge, e Hijos menores de 21 años, que incluye:
- Asistencia médica: hasta 5.000 US\$ por viaje.
- Prestaciones Complementarias
- Internación
- Medicamentos: hasta 300 US\$ por viaje.
- Atención Odontológica: Hasta 100US\$ por viaje.
- Gastos de Hotelaría por Convalecencia, 50 US\$ por día, hasta un máximo de 10 días.
- Asistencia Legal – Honorarios Abog. – hasta 1.500 US\$ (a modo de préstamo).
- Fianza – hasta 2.500 US\$ (a modo de préstamo).

OTROS SEGUROS

- Seguro de Vida, cubriendo la cancelación de la deuda del titular
- Seguro contra Fraude.

EN CASO DE EMERGENCIA COMUNIQUESE CON AXA ASSISTANCE:

DESDE EL EXTERIOR: 54 11 4370 8457

DESDE CUALQUIER PARTE DEL TERRITORIO NACIONAL: 021 249 4000



Los huevos: Sus propiedades y beneficios

Los huevos son un alimento muy bueno para el cerebro y tienen un fuerte efecto en la nutrición.

Los huevos son una gran fuente de proteínas completas y además en la clara se encuentra la albúmina.

Son muy nutritivos aportando fuerza y energía. Son además de fácil digestión.

Son importantes para la reparación de los tejidos junto con las vitaminas B12 y D. Contienen además, grasas Omega 3 y colina que son necesarias para la función normal del cerebro.

También contienen luteína, el cual puede disminuir el riesgo de padecer enfermedades oculares.

También son ricos en vitamina K, que ayuda a curar las heridas ya que logra que la sangre se coagule con normalidad y puede reducir el riesgo de que se formen coágulos arteriales.

La vitamina B7 o biotina que abunda en los huevos de gallina es bueno para mejorar la salud del cabello, uñas y piel.

Los enfermos de diabetes pueden beneficiarse de los huevos ya que la vitamina B7 que contienen puede ayudar a estabilizar los niveles de azúcar en la sangre.

Los huevos son una fuente concentrada de aminoácidos que forman músculos y potencian la buena forma física.

El valor nutricional de los huevos varían unos de otros:

Dependiendo de la forma en que se crían. Los huevos de gallinas que viven libres en la naturaleza son los que contienen más vitaminas, más lípidos sanos y menos colesterol.

Los huevos de cáscara blanca y los morenos únicamente se distinguen por el color de su cáscara en función de la raza de la gallina que lo ha puesto pero su contenido nutricional es el mismo.

Los huevos de las gallinas permanecen vivos hasta 14 días y éstos son los más nutritivos.

La yema es la que contiene casi todas las vitaminas aunque al cocinarse se pierden bastante sus elementos vitales.

El valor alimenticio de un huevo de gallina corresponde a unos 40 g de carne magra o a 150 ml de leche.

Nutrientes y vitaminas:

A – B2 – B3 – B5 – B7 – B9 – B12 – D – E – K – Biotina – Calcio – Cromo – Cobre – Yodo – Hierro – Magnesio – Manganeso – Fósforo – Potasio – Selenio – Sodio – Cinc – Molibdeno – Proteína, ácidos grasos omega 3.

El 88% comestible contiene:

- 140 g de Calorías
- 12'5 de Proteínas
- 11'1 de Lípidos
- 3'49 g de ácidos grasos saturados
- 4'34 g de ácidos grasos monoinsaturados
- 1'2 g de ácidos grasos poliinsaturados
- 500 mg de colesterol
- No aportan ni Fibra ni Hidratos de Carbono.

Cómo saber la forma de cría de las gallinas a través del código:**Primer dígito:**

- 0 – Huevos de producción ecológica
- 1 – Huevos de gallinas camperas
- 2 – Huevos de gallinas criadas en suelo
- 3 – Huevos de gallinas criadas en jaulas



Con la CU llevá adelante todos tus proyectos.

Modalidades de
créditos disponibles:
ordinarios, al instante
y entrega inmediata.

**ADEMÁS TENÉS SEGURO
DE VIDA Y RETORNO EN
EXCEDENTES.**

Hacenos llegar tu solicitud desde tu casa u
oficina a través de los oficiales de cuentas
te brindaremos el asesoramiento que
necesitas, o en el link de la pagina web
de la CU disponible para todos los socios.



Tasa de Interés Promocional con vigencia hasta el 30 de abril de 2015.

Línea Gratuita 0 800 11 4100
Tel. 617 0000 | www.cu.coop.py



Cooperativa
Universitaria Ltda.



@cu_py



COOPERATIVA UNIVERSITARIA LTDA.



Confiable, Solvente y Solidaria

DESDE HOY Y HASTA EL
MES ANIVERSARIO
DE LA COOPERATIVA SERRANA

50%
DE DESCUENTO



ACERCATE A
CON TU CARNET DE LA
COOPERATIVA

ENCONTRANOS EN:

CAACUPÉ A METROS DE LA RUTA II, EN DIAGONAL AL
HOSPITAL REGIONAL.
EUSEBIO AYALA, PIRIBEBUY Y CARAGUATAY
TEL.: 0511 244529 / 0511 245666

ELIGIO AYALA C/ ASUNCIÓN TEL.: 0511 242927 / 243627 / 242327



WWW.SERRANA.COM.PY

NO IMPORTA DÓNDE JUEGUE TU SELECCIÓN,
UN CAMPEÓN SIEMPRE ENCUENTRA LA MANERA
DE ESTAR AHÍ.

**SENTIRSE UN CAMPEÓN,
NO TIENE PRECIO.**



Usando tu MasterCard del 1 de abril
al 2 de mayo participás del sorteo
de 15 paquetes dobles de viajes
para ver el partido

Paraguay vs. Argentina

- Alojamiento para 2 personas.
- Hotel 5 estrellas: 3 días, 2 noches.
- Comidas y traslados.
- Incluye la entrada al partido.

Promoción válida del 1 de abril al 2 de mayo



**COPA AMÉRICA
chile 2015**

Tarjeta Oficial

Bases y condiciones en www.mastercard.com.py



Confiable, Solvente y Solidaria